

Revista de la MUJER



Moldes

**Para el Verano:
Blusón y Túnica**



**EXCLUSIVO: RAYO
LASER EN LA CURA
DE LA CELULITIS**



Moda

**EL REGRESO
TRIUNFAL
DE LAS
MINIFALDAS**



PREPARANDONOS PARA EL MUNDIAL



El 3 de diciembre último, María Hermosinda Jeréz dio a luz en el hospital de Pilar, una beba prematura que debió ser trasladada de inmediato al hospital de Clínicas de la Capital Federal para una mejor atención. Al día siguiente, los médicos de ese nosocomio informaron al padre de la criatura que ésta era un varón y no una niña, haciendo caso omiso a sus reclamos.

La situación comenzó a empeorar porque el supuesto hijo del matrimonio falleció el 15 de diciembre, por problemas respiratorios, y no fue entregado a sus padres por carecer de documentación.

Mientras tanto, María Hermosinda Jeréz recibía una citación del hospital de Clínicas, por lo cual se presentó en el establecimiento al día siguiente. En la ocasión, fue acusada de "abandono de su hijo", y se le informó que era imposible enterrarlo sin los papeles legales correspondientes.

La señora Jeréz se dirigió, entonces al hospital de Pilar, pero

allí le informaron que su hijo estaba registrado como de sexo femenino —en el hospital de Clínicas decían que era un varón— y por lo tanto los documentos seguían careciendo de validez.

El caso está en manos de la justicia, pero la apenada madre supone que su hija —prematura, pero con posibilidades de vida— fue "cambiada" por un bebé de sexo masculino. Las autoridades del hospital de Pilar tienen pruebas fehacientes acerca de que la mujer dio a luz una niña, y la historia clínica de la beba fue enviada al nosocomio de la Capital Federal al trasladar allí a la recién nacida.

La situación se torna aún más espionosa si se le agrega la acusación de "abandono del hijo" que ha recaído sobre la desafortunada madre.

En el hospital de Pilar se afirma que nació una criatura de sexo femenino. El hospital de Clínicas asegura haber recibido un varón. Será la justicia la encargada de resolver el controvertido caso.

Joan Kennedy, la ex esposa del senador demócrata Ted Kennedy, fue solista de piano junto a la Orquesta Sinfónica de Boston, durante un festival benéfico organizado en esa ciudad. Joan, de 44 años, ejecutó "Pedro y el lobo", de Prokofiev, acompañada por un gran grupo de músicos, frente a un público de no menos de 200 personas, que asistió al festival para recaudar fondos destinados a un instituto de investigaciones oftalmológicas del lugar. La presencia de la señora Kennedy tuvo resonancia, ya que es la primera vez que es vista en público luego de conocerse la noticia de su divorcio. Al final del concierto, Joan recibió un hermoso ramo de rosas, enviado por su ex marido, lo que pareció despertar su alegría.



Françoise Sagan, la conocida escritora francesa que asombró al mundo literario con su obra "Buenos días, tristeza" escrita a los 19 años, fue acusada de plagio por su última creación, titulada "El perro rastro". La Sagan, de 46 años, fue acusada por Jean Hougron, quien expresó que el contenido de la obra de la literata tenía aspectos en común con una suya, llamada "La vieja".

Ante los hechos, la compañía editora del último volumen de Françoise Sagan, pidió al magistrado que autorizara a suspender el pago mensual de 60.000 francos a la escritora, que debían ser olvidados en conceptos de adelanto de derechos de autor.

El juez aún no se expidió ante la acusación de plagio, y no autorizó a la editorial a suspender el pago a la renombrada escritora.

Según los críticos, la nueva novela de la Sagan marca un importante giro en el estilo de la autora, ya que posee elementos realistas, cercanos al naturalismo.



Ataviadas con severos trajes negros y luciendo tocas del mismo color, se presentaron ante el primer ministro de Sudáfrica, Pieter Botha, las mujeres que componen el denominado "Kapplekommando" (que se podría traducir como "comando de la toca"), haciendo entrega de un presente agorero y melodramático: un ramo de claveles blancos regado con sangre humana.

Las mujeres, lideradas por Marie Van Zyl, de 42 años, esposa de un dentista y madre de cuatro chicos, consideran a Botha "el enemigo público N° 1", por la moderadora acción del primer ministro en relación con la población de color.

El comando pretende, tras la nada velada amenaza de muerte al primer ministro, reflejar al máximo la segregación racial en ese país, dominado por una

exigua minoría blanca.

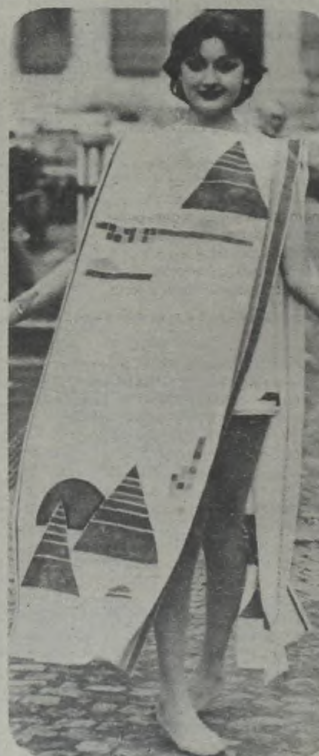
Recientemente, en el curso de una entrevista periodística, la señora Zyl manifestó que "la violencia no está excluida en las futuras actividades del grupo", justificando su alegato en favor de la lucha racial, con una frase que dejó estupefacto al entrevistador: "la violencia es admitida por La Biblia, en determinadas circunstancias".



Lieutenant Serit Bronze es una bonita muchacha israelí de 22 años que, como la mayoría de las mujeres de su país en esa edad, debe prestar servicios en las fuerzas armadas, comúnmente, esas tareas son de "apoyo logístico" en oficinas, cuarteles, hospitales y centros de enseñanza.

El caso de Bronze, empero, es enteramente original: su cualidad de avanzada estudiante de ingeniería electrónica en la Universidad de Jerusalén la facultó para entrenarse en un duro y peligroso oficio: desactiva bombas accionadas por dispositivos electrónicos.

Pese a su juventud y a su manifestado deseo de regresar cuanto antes a la universidad para encarar un futuro pleno de mejores y más pacíficas posibilidades, Serit Bronze no rechaza los rigores del entrenamiento y ya le ha tocado actuar en un par de casos que ella considera "menores", hasta ahora, con bastante suerte.



Este insólito modelito fue presentado en París, capital de Francia, durante un desfile de modas para la próxima temporada primavera-verano europea. Es una creación de Torrente, constituida por dos paneles de tela, que tienen dibujos geométricos de diferentes colores; y se lleva sobre un diminuto short realizado en el mismo género. La prenda, bastante exótica, promete convertirse en el atuendo preferido por las europeas para ir a la playa.

Los Fitocosméticos: Cómo Volver a la Madre Naturaleza

Con jugos de frutas y de vegetales, se elaboran los fitocosméticos, productos de belleza que ejercen benéfica acción sobre todo tipo de piel. Cómo conocer sus cualidades y saber utilizarlas, para aprovechar a fondo las ventajas que brindan.

La fitocosmética es una rama de la estética basada en la utilización de elementos vegetales para la elaboración de productos de belleza, los cuales poseen excelentes cualidades para mantener y mejorar la salud de la piel.

Desde épocas remotas —ya los chinos y egipcios las fabricaban de manera rudimentaria— las cremas y lociones obtenidas de jugos y zumos de plantas y frutas producían una acción rejuvenecedora y estimulante sobre la piel, además de mejorar enormemente la irrigación sanguínea, favorecer el aspecto de la tez y fortalecer los tejidos.

Los fitocosméticos o cosméticos naturales son mucho más tolerados por el organismo que aquellos creados artificialmente. Los extractos vegetales, al originarse de materias vivas, como son las frutas y las plantas, aceleran la regeneración celular, y se convierten en los mejores aliados naturales de la salud y la belleza de nuestra piel.

LOS FITOCOSMETICOS

Los fitocosméticos se presentan de diversas maneras: ampollas, cremas, extractos, lociones, y también como mascarillas de belleza.

Actualmente, una gran gama de productos fitocosméticos se utilizan en tratamientos de belleza, por su inocuidad y su acción benéfica y natural.

El ginseng es considerado algo así como "la fuente de la juventud" y el árbol de donde se obtiene es de origen oriental. Los chinos lo utilizan desde hace más de cinco mil años.

El ginseng tiene una acción vivificante. Posee elementos que estimulan las terminaciones nerviosas, y mejoran la circulación sanguínea. El ginseng posee, además, vitaminas de distinto tipo y en variada cantidad.

El germen de trigo es otro de los productos fitocosméticos. Se caracteriza por poseer elementos elastizantes, y ser rico en vitaminas y elementos refrescantes y emolientes, que benefician las pieles finas y delicadas o las dañadas por la exposición a la intemperie.

En cuanto a la palta, posee un aceite que tiene cualidades elastizantes de la piel. Este aceite es único, contiene todas las vitaminas y hasta ahora ninguna fórmula química ha podido reemplazarlo.

La apreciada zanahoria tiene alto contenido de vitamina A. Sus efectos son múltiples: nutritivo, humectante, refrescante y descongestivo de la piel.

Si se buscan cualidades regenerativas, tonificantes y estimulantes, el fitocosmético ideal es la alfalfa, ya que su plasma contiene todas las vitaminas y provitaminas más importantes para la salud y belleza de la piel.

Otro de los aceites vegetales es el que se obtiene del sésamo. Al tener mayor capacidad para absorber los rayos ultravioletas, se convierte en el lubricante y bronceador más natural.

La caléndula tiene un efecto estimulante menor, y sus flores hidratan y elastizan las zonas tratadas con ella.

Para pieles frágiles y sensibles, nada mejor que la manzanilla. Tiene amplio poder descongestivo. El benjui de Sumatra tiene efectos balsámicos y emolientes, y el hamamelis es especial para pieles seborreicas por sus propiedades astringentes.

Para párpados y tobillos hinchados, el romero es la planta ideal, ya que combate los edemas o hinchazones. La salvia, mediante sus hojas y flores,



tiene efectos astringentes, indicados para mejorar las pieles naturalmente grasas.

Los zumos de diversas frutas también son utilizados para la elaboración de fitocosméticos. Por su grado de acidez, contribuyen al equilibrio cutáneo, y luego de ser absorbidos por las capas superficiales de la piel, le otorgan un aspecto húmedo, suave y aterciopelado. También, los zumos de las frutas poseen vitaminas, minerales, aceites, y un agua especial, que representan una especie de suero biológico activo, muy estimulante para la piel.

TRATAMIENTOS CON FITOCOSMETICOS

La cosmética actual utiliza de continuo los fitocosméticos, para encarar diferentes tratamientos. Para pieles avejentadas, se comienza con un peeling superficial, realizado con espuma de ginseng, que permite barrer con las células muertas y facilita la absorción de los productos. Luego se procede a la humectación de la piel, colocando una capa de crema humectante y pulverizando la zona con zumo de ginseng.

La nutrición, que es el paso siguiente, se realiza pincelando el rostro con una selección de seis aceites vegetales, reforzando la penetración con radiación calorífica.

La lubricación se realiza masajeando desde los músculos pectorales hacia arriba, relajando los contracturados y tonificando los flácidos con la ayuda de los aceites vegetales utilizados anteriormente.

El tratamiento se completa con una mascarilla de ginseng.

Las pieles secas reciben un tratamiento que consta de varios pasos. En primer lugar, se cepilla con emulsión de zanahorias. Luego, se humecta con zumo de zanahorias. La crema de palta se usa en tercer lugar, y produce, mediante la masoterapia, un efecto tónico y relajante. Con aceite de palta, de excelentes cualidades, se hará la lubricación de la zona tratada. El método finaliza con una máscara de zanahorias.

Las pieles grasas son tratadas mediante el pulido y la expoliación superficial, realizada con espuma de ginseng y gránulos. Luego, se realiza una desincrustación por iontoforesis. La humectación de la piel se ejerce mediante pulverización de salvia vegetal. Con crema de ginseng se realiza una sesión de masoterapia, y el tratamiento se da por finalizado con una máscara de levadura de salvia.

Pieles sensibles y enrojecidas también pueden ser tratadas. El primer paso es una limpieza con emulsión de zanahorias o leche de pepinos. Luego, pulverización con zumo de manzanilla. Continúa una presión realizada con los dedos, de efecto relajante. Una compresa descongestiva y humectación con crema de hiedra completan el tratamiento.

Los fitocosméticos tienen efectos rápidos sobre la piel, y mejoran, no solo su aspecto externo sino también su salud y lozanía. Como son productos enteramente naturales, se convierten en el mejor aliado de la belleza.

Esta nota fue asesorada por la cosmista Beba Scally, directora de Estética Integral. Santa Fe 1769. Piso 2°. TE: 44-2769.

AL DIA CON SU BELLEZA

—Tengo 38 años, tres hijos, y me siento desmoralizada, ya que intenté varios tratamientos contra la celulitis, sin resultados. ¿Podría decirme si en realidad se cura? M.B. de H.

—La celulitis es una enfermedad llamada fibroedema geloides, que además de avanzar con el tiempo, crea angustia en la mujer que ve cómo va deformándose su silueta.

Las experiencias negativas son comunes. Ocurren cuando se han hecho tratamientos locales, por medio de los cuales sólo se trabaja sobre los efectos de la enfermedad, sin buscar las causas. Todo tratamiento debe realizarse en equipo, actuando conjuntamente el médico y la esteticista, y es necesario que se parta de una exhaustiva historia clínica. Al descubrir qué causas motivan la celulitis, se tratará de regularizarlas. ¿Cuáles pueden ser? Alteraciones hormonales, desequilibrios gastrointestinales y circulatorios, y últimamente se ha observado que la celulitis se presenta en mujeres con trastornos en el arco de los pies. Los hábitos alimenticios tienen mucho que ver, aun desde la niñez, ya que la celulitis puede aparecer desde la pubertad.

Como ve, no se trata de someterse solamente al uso indiscriminado de aparatos, sino de dar cabida a la atención médica, y de establecer una dieta y medicación adecuadas. A partir de ese

momento, comienza el tratamiento local, que debe supervisar el médico en todo momento.

Para orientarla un poco más, le explicaré que la celulitis tiene tres etapas. En la primera, aparece un pocoado que se evidencia solo con presionar ambas manos en la zona afectada. Luego, estas irregularidades se hacen notables a simple vista, y comienzan a verse deformaciones en las caras externas de los muslos y las caras internas de las rodillas. Finalmente, los abultamientos mencionados se hacen más importantes, y van acompañados de alteraciones circulatorias. Se experimentan sensaciones de pesadez y hormigueo en las piernas, acompañadas de calambres nocturnos. Si esta enfermedad lleva mucho tiempo de instalación, el cuadro es más difícil de solucionar y las alteraciones, más

importantes. Del grado de enfermedad dependen las posibilidades de cura. En la primera etapa, hay un ciento por ciento de garantías en los resultados. En la segunda, un setenta por ciento. En la etapa más complicada de la celulitis, se puede reducir el cuadro entre un cincuenta y un sesenta por ciento.

Como ve, las cifras no conciden con su pesimismo. Mi consejo es: ocúpese de su enfermedad sin preocuparse. La ciencia puede hacer mucho por usted. Centros especializados pueden resolver el problema en forma seria, y usted también colabora realizando gimnasia durante el mantenimiento.

Espero sus noticias, que no dudo serán excelentes.

Beba Scally

Las lectoras que deseen realizar alguna consulta de belleza, absolutamente gratuita, deberán dirigir su correspondencia a nombre de Beba Scally, Revista de la Mujer, Azopardo y Garay, 1063. Buenos Aires. Asimismo, las lectoras que invoquen esta sección gozarán de un descuento especial del 15% en todos los servicios que se brindan en el Instituto de Estética Corporal Beba Scally, Santa Fe 1769, 2° Piso, Capital Federal.

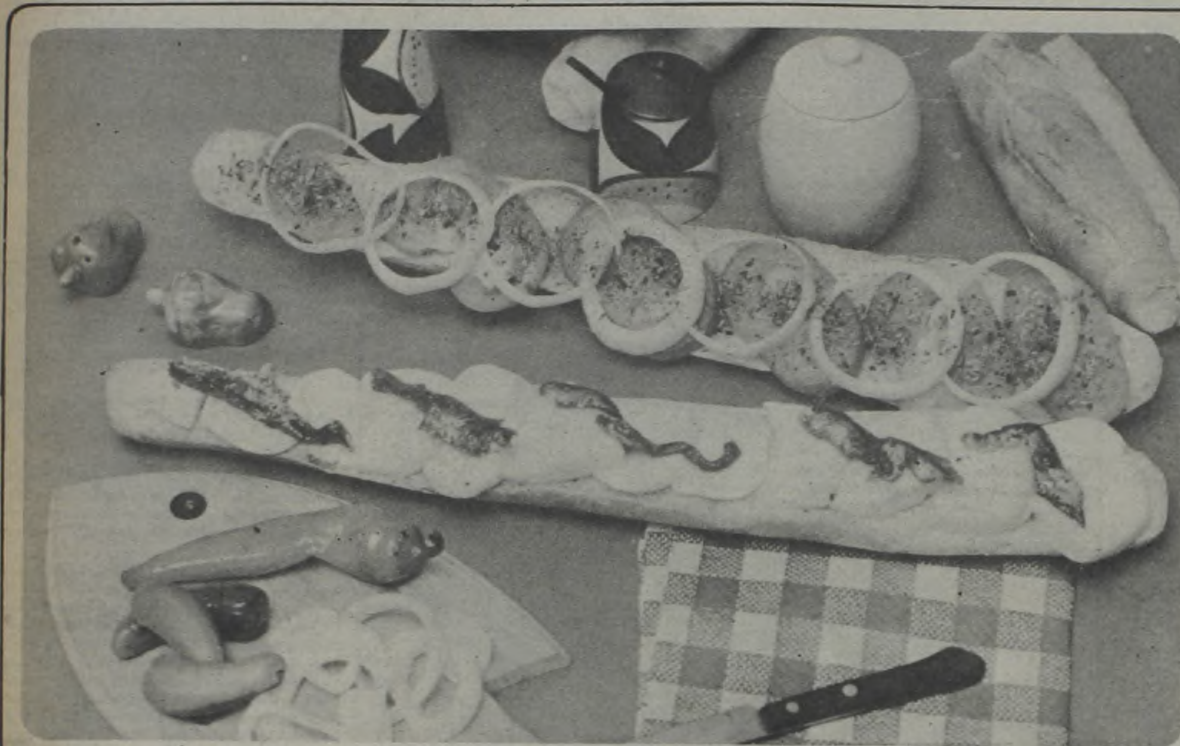


LOS PLACERES DE LA MESA



Al regreso de la playa o el club, nada mejor para reponer energías que un "long boy". Son sabrosos sandwiches hechos con panes flauta y se les pone "de todo".

PELUSA MOLINA



"Long Boy" a la Italiana

INGREDIENTES (para 4 porciones)

1 pan flauta grande; 12 anchoas en aceite; 1 tomate cortado en rodajas gruesas; 1 cebolla chica cortada en aros; 1 muzzarella cortada en rodajas; orégano; ají molido.

PREPARACION

Cortar el pan por la mitad. Rociar ambas partes con el aceite de las anchoas. Sobre una de las mitades distribuir las rodajas de tomate; encima los aros de cebolla y espolvorear con orégano, ají molido y sal a gusto. Sobre la otra mitad colocar las rodajas de muzzarella y encima las anchoas. Condimentar también a gusto con orégano y ají molido. Servir enseguida.

"Long Boy" de Carne Fría

INGREDIENTES (para 3 ó 4 porciones)

1 pan flauta grande; 6 tajadas cortadas finas de carne asada o hervida; manteca o mayonesa para untar; 1 pepino agri dulce cortado en rebanadas; 1 tomatito chico cortado en tajadas finas; 1 cucharada de perejil picado.

PREPARACION

Cortar el pan por la mitad a lo largo; untar ambas partes con manteca o mayonesa a gusto. Cubrir una de las mitades con las tajadas de carne y encima cubrir con tajadas finas de pepino. Sobre la otra mitad distribuir las tajadas de tomate y espolvorear con el perejil picado.

"Long Boy" de Queso y Salchicha

INGREDIENTES (para 2 porciones)

2 flautitas; 2 salchichas de viena; 100 gr. de queso gruyère fundido en barra o para untar; 1 cucharada de mostaza preparada; 50 gr. de manteca bien blanda.

PREPARACION

Cortar las flautitas por la mitad. Untar las tapas con el queso fundido o bien cortar láminas delgadas del mismo y calentar en el horno hasta que se derritan. Mezclar la manteca blanda con la mostaza y untar las otras mitades, colocar encima las salchichas cortadas por la mitad a lo largo y calentar también en el horno. Servir bien caliente acompañado de pepinitos en vinagre.

—Se puede utilizar un pan flauta grande; según el tamaño del pan puede rendir tres o cuatro porciones.

—Si se utilizan flautitas chicas (aprox. 12 o 15 cm) se calcula una para cada comensal.

—Los rellenos pueden ser fríos o calientes.

—Estos sandwiches se sirven abiertos pero deben comerse cerrados y servirse enseguida de preparados.

—Por ser tan completos constituyen por sí solos una buena comida.

"Long Boy" de Revuelto de Huevos

INGREDIENTES (para 2 porciones)

2 flautitas chicas; 2 huevos; 50 gr. de manteca; 100 gr. de salame de Milán; 1 cucharada de cebollita de verdeo picada.

PREPARACION

Batir los huevos hasta que estén espumosos y hacerlos revueltos con la mitad de la manteca. Picar finamente el salame y agregar al revuelto. Mezclar el resto de la manteca con la cebollita de verdeo y condimentar a gusto con sal y pimienta. Cortar las flautitas a lo largo, distribuir sobre una de las mitades el revuelto de huevos y sobre la otra untar con la mezcla de manteca y cebollin. Servir enseguida.

HOY COCINAN LOS MARIDOS

Riñones Bravo

INGREDIENTES (para 4 porciones)

2 riñones de ternera; ½ vaso de vino Oporto; ½ vaso de vino blanco seco; 1 cebolla chica; 1 manzana verde rallada; 1 pizca de clavo de olor molido; sal, pimienta; 100 gr. de manteca.

PREPARACION

Quitarle la felita que recubre los riñones, lavarlos bien y cortarlos en tajadas medianas. Colocarlos en un colador de pastas y pasarlos por agua hirviendo tantas veces como sea necesario hasta que el agua del colador salga clara.

En una cacerola colocar la manteca y cuando esté derretida dorar la cebolla picada muy finita. Dejar rehogar unos minutos hasta que tome un color dorado y agregar los riñones. Seguidamente agregar el vino blanco y el Oporto, la manzana rallada y condimentar con el clavo de olor molido, sal y pimienta. Dejar cocinar aproximadamente unos 20 minutos destapado y a fuego lento. Servir con arroz blanco.

JENNY MORRILL AL ABORDAJE DE LA Bs. As.-RIO

Su nombre es Jenny Morrill, y tiene 25 años. Hace casi dos meses partió de su casa, en la ciudad de Nueva York, para embarcarse junto con 20 muchachos a bordo del velero norteamericano "Ondine", rumbo a Buenos Aires.

Jenny es la única tripulante femenina de la nave, que participará de la regata Buenos Aires-Rio de Janeiro, a iniciarse el próximo 7 de febrero.

Ella sefá la encargada de cocinar cuatro veces por día los alimentos para sus altos y apuestos compañeros de regata, pero también deberá hacer fuerza con ellos, cuando, en altamar, haya que ganarles al viento y a las olas.

FEMINEIDAD Y CORAJE

Desde el muelle del Yacht Club Argentino, puede distinguirse un enorme e imponente velero de bandera estadounidense llamado "Ondine". Momentos después, una joven muchacha de cabello largo y castaño, se asoma a cubierta y saluda cordialmente, invitando al diálogo.

— "El año pasado —expresa— también participé de regatas. Fueron dos, en el Caribe. Todo salió bien y viví hermosas experiencias a bordo del velero".

—¿Alguna vez sentiste temor por lo que pudiera ocurrir?

—Debo confesar que sí. Los primeros viajes me asustaron un poco. Estábamos navegando en medio del océano Atlántico, en su parte norte, y había tormentas fortísimas. Mucho viento, olas enormes. En esos casos el dominio del barco es mucho más difícil. Recuerdo que el movimiento tan brusco me hacía descomponer. Son los típicos trastornos que se sienten cuando uno no está acostumbrado a navegar, y el mar no es del todo amigable.

—¿Ayudabas a tus compañeros, a pesar de sentirte mal?

nerme a todas las dificultades que se puedan presentar. Ya no tengo temores.

LA AVENTURERA

—Contanos alguna experiencia especial.

—Fue durante la última Navidad. Hacia 19 días que veníamos navegando desde Estados Unidos, y llegó la Nochebuena, que nos tocó a bordo del velero. Era un día bastante malo, de clima inestable. No llovía, pero el viento venía de un solo lado, muy fuerte. Tanto que el "Ondine" se había inclinado a 45 grados para un lado, y casi veíamos el mundo al revés. Había que tenerse bien para no caerse de ese costado. Sin embargo, yo preparé una cena especial de Navidad, con todos los platos tradicionales, y los muchachos, un hermoso arbolito que luchaba para no caerse por culpa del viento. En esa posición, y dando tumbos a cada rato, comimos, cantamos y preparamos una fiesta inolvidable. Fue una Navidad a bordo, y a "45 grados".

—¿No tenías miedo de que se desatara una tormenta y tener que abandonar la mesa para hacerle frente?

—No. Realmente no. Estoy acostumbrada a disfrutar del momento que vivo, pero mientras lo vivo. Era muy posible que tuviéramos que dejar el festejo, pero mientras duraba, para mí era claro que tenía que aprovechar esa cena de Nochebuena, rodeada de mis compañeros y amigos. Cuando se hacen varias experiencias, lentamente se va abandonando el miedo. Eso solo se siente al principio.

LA REINA DE LA COCINA

Mientras Jenny exhibe orgullosamente sus cebollas, papas y todo tipo de latitas, distinguimos un



libro de muchas páginas, que lleva un título eloquente: "Recetario de comidas".

—¿Qué comidas cocinas?

—De todo. Son cosas sencillas, aquí no puedo hacer comidas de gran chef. Fundamentalmente, cocino de acuerdo con los alimentos que tengo. Cuando llegamos a algún puerto, bajo a hacer todas las compras, y entonces nuestro menú cambia según el país donde estemos. De la Argentina tengo una buena opinión. Los alimentos tienen buen sabor, y la carne es riquísima.

—¿Cómo es tu día a bordo del barco?

—Me levanto temprano, a las seis y media de la mañana. Si estamos en algún puerto, salgo



por las compras. Eso me lleva mucho tiempo. Si no, me dedico a preparar las comidas, y también destino un montón de tiempo a escribir y a leer. Fundamentalmente, me gusta escribir las impresiones que tengo de los viajes, y a veces hago mis propias historias. Escribir es bastante difícil porque el barco se mueve mucho, y la letra sale mal. A mí me gusta dibujar —esa era mi profesión— pero tampoco puedo hacerlo a bordo del "Ondine". En cada tumbido, se arruina mi dibujo.

—¿A qué te dedicabas en los Estados Unidos?

—Hasta hace poco tiempo, era diseñadora gráfica. Hacía avisos, tapas de libros, logotipos. Ahora mi trabajo es participar en regatas.

—¿Te pagan?

—Sí. Y mucho mejor que haciendo dibujitos.

MAMA, PAPA Y EL NOVIO

—¿Tenés familia?

—Sí. Mis padres, y dos hermanos varones. Uno mayor, el otro menor. Tenemos buena relación. Respetan mis gustos, y yo los de ellos.

—¿Novio?

—Sí. Vive en Connecticut, y tiene 27 años. Es ingeniero de barcos, conoce bien esta actividad de regatas.

—¿Es celoso?

—Está un poco celoso. Es lógico. Allí nos vemos muy seguido. Ahora va a hacer dos meses que no estamos juntos.

—¿Pensás en casarte?

—No. Solo me siento bien con él. Nada más. Y no me preocupa el hecho de que en mi ausencia pueda conocer a otra chica, estamos en igualdad de condiciones.

—¿Pensás seguir participando de regatas durante mucho tiempo más?

—Eso no te lo puedo decir. Ahora hago esto y me gusta. Pero sé que no va a gustarme todo el

Les presentamos a Jenny Morrill, tiene 25 años y nació en Nueva York. Es simpatiquísima. Y su inclusión en esta página se halla muy justificada: es la única mujer que participará —a bordo del velero "Ondine"— en la regata internacional Buenos Aires-Rio de Janeiro, una de las más duras pruebas en este rudo deporte, tradicionalmente practicado por "viejos lobos de mar".



tiempo. No puedo verme siempre a bordo de un velero. Pero no sé cuándo dejare.

LO MALO Y LO BUENO DE SER NAVEGANTE

—¿Cuánto durará la regata?

—Calculamos que poco más de una semana. Esperamos ganar. Al menos, como tenemos la nave más grande, salimos en la primera fila. Eso ya es una posibilidad de llegar primeros.

—¿Y después?

—Bueno, lo primero que voy a hacer cuando lleguemos a Río es bañarme.

—¿Cómo?

—Sí, bañarme. No te olvides de que no podemos tomar una ducha aquí a bordo. Y es feo estar tantos días sin hacerlo.

—¿Y después de la ducha?

—Supongo que seguiré un tiempo más. Es como te dije. Muchas veces dudo de esto porque tiene sus contras. Estoy rodeada de hombres, que son muy compañeros, pero que hablan solo del barco y de chicas. A menudo tengo ganas de conversar con alguna mujer, de contarle mis cosas, mi estado de ánimo. Los hombres difícilmente pueden escucharme como necesito. Además, extraño a mis amigos, mi casa, ir al cine, a la peluquería. Parecen cosas tontas, pero cuando hace tiempo que no se viven, se extrañan.

—No das la impresión de estar del todo conforme...

—Sí lo estoy. Estoy conforme con esto porque yo lo elegí. En mi país es muy común que las chicas participen de regatas como cocineras, junto a grupos de varones. Y te digo más: a pesar de tener que cocinar en medio de tumbos, a pesar de que las latas y los alimentos se te caigan, y de que yo misma tenga que sostenerme para no caer con ellos, a pesar del viento, de las tormentas y del temor, es bueno vivir la experiencia. Hoy que sé lo que es, me sentiría muy desafortunada si no hubiera aceptado el desafío.



—Sí. Pero hay que recordar que los trabajos en un velero los tienen que hacer personas con fuerza física, más si se tiene en cuenta que éste es un "bote" bastante grande. Hay tareas que yo no puedo realizar porque no me da la fuerza. Una de las cosas que sí puedo hacer, y hago a menudo, es manejar el timón.

—¿Cómo te tratan tus compañeros?

—Bien. Hay camaradería. El trato es bueno entre todos, e inclusive con el capitán, que es un buen amigo.

—¿La cocina es tu tarea específica?

—Sí. Yo soy la cocinera del "Ondine". Esa es mi tarea, y también colaborar en cuanto me necesiten. Me gusta mucho navegar, y expo-



ABRAN CANCHA, AQUI ESTAN LAS MUJERES DEL MUNDIAL



Tienen sólidos y brillantes antecedentes: en dos ocasiones resultaron subcampeonas mundiales, en el último certamen ocuparon un honroso tercer puesto.

Son las integrantes de la selección nacional de hockey sobre césped. Veintidós muchachas jóvenes, animosas y disciplinadas, que están preparándose con el máximo empeño para lograr el preciado y hasta ahora esquivo galardón, durante el campeonato mundial a realizarse en Buenos Aires, entre el 27 de marzo y el 5 de abril próximos, en el campo de polo en Palermo. ¡Vamos, chicas: con garra y mucha fe!

Son veintidós muchachas jóvenes, voluntariosas y excelentes deportistas. Pero solo dieciséis de ellas integrarán el seleccionado argentino de hockey femenino sobre césped, que nos representará en el próximo campeonato mundial de la especialidad, a realizarse en nuestro país, entre el 27 de marzo y el 5 de abril de este año.

A las órdenes del director técnico Jorge Querejeta, las jugadoras del preseleccionado de hockey entrenan a diario bajo el sol abrasador del verano, hasta tanto —pocos días antes del Mundial— se decida quiénes integrarán el equipo definitivo.

El hockey femenino de nuestro país, siempre ha dado gratas satisfacciones deportivas. Basta recordar el campeonato mundial de 1974. Durante éste, las jóvenes argentinas dieron lo mejor de sí, y consiguieron obtener el segundo puesto. En 1976, se repetiría la hazaña. Llegaron nuevamente a las finales, y luego de perder frente a Alemania por 2 tantos contra 0 en un partido difícilísimo regresaron triunfantes al país con el subcampeonato bajo el brazo. En 1978, obtuvieron el tercer lugar.

Siempre entre las mejores del mundo, las jugadoras de hockey sobre césped demostrarán sin duda también este año, que las distinciones logradas y los múltiples elogios que les han tributado, son verdaderamente merecidos.

LOS EQUIPOS QUE NOS VISITAN

Carola Mattos es la jefa del seleccionado argentino de hockey femenino sobre césped. Ex jugadora, siempre está muy cerca de cada una de las chicas para atender sus necesidades y resolver todo tipo de problemas.

"Este año —expresó— vienen a jugar el Mundial 11 equipos de distintos países: Holanda, Alemania, Francia, Unión Soviética, Japón, Austria, España, Canadá, Australia, México y Bélgica. Las potencias son Holanda, Alemania y Austria. Pero el equipo argentino también puede integrar el grupo de los mejores. Estoy segura de que llegarán a las semifinales, por lo menos".

Las palabras de la jefa del equipo no son en absoluto desahucio si se mira un poco atrás, ya que tanto en 1974 como

en 1976, el seleccionado argentino se enfrentó con Holanda primero y con Alemania después para definir el campeonato mundial. No acariaron el primer premio, pero estuvieron muy cerca. El IV Campeonato a realizarse este año, les da una nueva y excelente oportunidad, ya que al jugar en la Argentina, se sentirán "como en casa", rodeadas del afecto y el aliento de todos sus compatriotas.

UN GRUPO HUMANO EXCEPCIONAL

El entrenamiento es duro y exigente. Pero las muchachas no ceden ante el esfuerzo. Con la mirada fija, y toda la atención puesta en las órdenes del director técnico, corren, practican

ejercicios e improvisan avances que demuestran a las claras sus habilidades y potencia en el juego.

El trato entre ellas es cordial y amigable. No en vano los allegados al preseleccionado lo definen como "un grupo humano excepcional".

Entre práctica y práctica, fue posible establecer un pequeño diálogo con ellas. "Mi nombre es Laura Mulhall —dijo una—. Tengo 23 años, y es la primera vez que tengo la posibilidad de participar en un campeonato mundial. Perteneczo al equipo del Club Atlético Lomas, y soy soltera".

Claudia Gutiérrez es una experimentada delantera del equipo. Ella expresó: "He participado en varios campeonatos





profesorado de Jardín de Infantes, y ¡ah! tengo novio". (Risas)

Una de las arqueras del equipo, Viviana Saccone de Cocina, también tiene algo que decir: "Tengo 29 años, soy casada y mamá de dos niñas. Integro el club San Martín; también trabajo como profesora de hockey en un colegio".

Ahora la palabra es de Sandra Müller: "Tengo 21 años, soy del Club Atlético Belgrano y además del hockey, estudio decoración".

Silvia Munton: "Tengo 21 años, y estudio psicología e inglés. Es la primera vez que vivo una experiencia tan importante como ésta".

El nombre de Marcela Nazionale es bien conocido dentro del hockey femenino. Tuvo brillantes actuaciones en varios campeonatos anteriores. Ahora Marcela agrega a su apellido de soltera el de su marido —Navarro— y expresa: "Tengo 23 años, soy del Club Lomas y estoy muy entusiasmada con el Mundial. Hace poco me recibí de médica".

Patricia Ranje ha participado 3 veces de campeonatos mundiales, y ahora se prepara a vivir su cuarta experiencia: "Espero con ansiedad el campeonato".

Claudia Medici es profesora de educación física y delantera del seleccionado. Tiene 23 años, y también participó en torneos anteriores.

El preseleccionado cuenta también con una estudiante de ciencias económicas. Su nombre es Roxana Kocourek. "Soy del San Isidro Club. Tengo 23 años y estoy casada".

Las chicas continúan acercándose y ahora es el turno de Juana Campbell. "Soy profesora de hockey —dice— y tengo 22 años. Pertenezco al Club Lomas".

Adriana Mac Cormick y Graciela Cappelletti son dos de las jugadoras más grandes del preseleccionado. Adriana tiene 30 años, y es la séptima vez que tiene la posibilidad de participar en un seleccionado. Es casada, y profesora de educación física. En cuanto a Graciela, también es casada, y tiene dos hijos peque-

ños que la acompañan a los entrenamientos. Pertenecen al club Banco Nación y es profesora de educación física.

Otra de las arqueras del equipo es Adriana Rugar. Tiene 28 años, y es la quinta vez que participa en un mundial. De larga y reconocida trayectoria en el hockey, es integrante del club Quilmes y ya nadie duda en considerarla "la mejor arquera del mundo".

Gabriela Bignoli y Silvana Medina tienen ambas 23 años. Pertenecen, respectivamente, al Hindú Club y al Suri. Gabriela es la primera vez que participa en un evento de esta magnitud. Silvana, otra de las arqueras, es la tercera vez que representa a nuestro país.

El plantel del equipo es com-

pletado por Miriam Alonso, de 21 años, y Patricia Barnadas, quien viene de jugar en equipos europeos.

Luego del diálogo, las muchachas vuelven a sus puestos. Recién una semana antes del Mundial, se conocerá la nómina de las 16 jugadoras que integrarán el seleccionado definitivo.

Elas guardan una gran esperanza. Saben que las respalda una larga historia de triunfos, un verdadero reconocimiento a su labor. Y tampoco se olvidan de que, entre el 27 de marzo y el 5 de abril próximos, jugarán en el Campo de Polo —en Palermo— en la ciudad que a muchas de ellas las vio nacer. Y que una tribuna de fervientes admiradores coreará sus nombres en el más familiar de los idiomas.

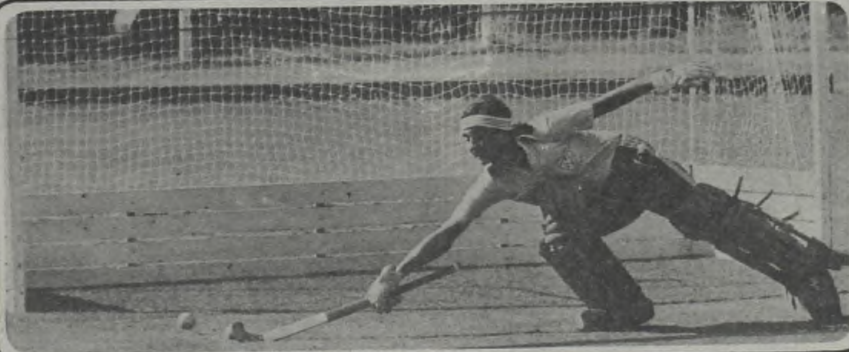
mundiales. Tengo 28 años, soy casada y madre de un varón. Juego en San Fernando, y realmente prefiero el hockey a cualquier otra actividad".

El preseleccionado tiene varias jugadoras muy jóvenes. Entre ellas, está Rosana Ciulandi. "Tengo 16 años —manifestó— y es la primera vez que se me incluye en un preseleccionado mundial. Estoy en cuarto año del colegio secundario, pero me gusta mucho el hockey".

Alejandra Gallerano es otra de las "benjamínas" del grupo. "Tengo 18 años, y vengo de Rosario. El hockey me encanta".

Maira Brinnand y Gabriela Liz completan el pequeño grupo de jugadoras de menos de 20 años. "Tengo 18 años —dice Maira, quien tiene muchos elogios en su haber— y es la primera vez que puedo llegar a participar en un campeonato mundial. Soy del Club Suri, y además de jugar hockey, estudio y trabajo". Gabriela Liz agrega: "Yo tengo 19. Soy del Club San Martín, y como Maira, es la primera vez que tengo la posibilidad de integrar un equipo para el mundial. Estudio educación física".

Paula Padilla también se acerca al diálogo y nos dice: "Tengo 21 años y nunca hasta ahora había formado parte de un seleccionado, aunque eso se definirá antes del Mundial. Pertenezco al Club CASI, estudio



VUELVE EL REINADO DE LAS MINIFALDAS

DIRECCIONES:

Souk, Marcelo T. de Alvear 628, Local 32/33.

Zapatos: Taco's Shoes, Canning 2524.

PRODUCCION:

Graciela Zito.



La modelo luce una juvenil y atractiva minifalda, realizada en algodón de color oscuro. Es de tipo musculosa, sin mangas y ajustada al cuerpo. Se puede usar con un cinturón que corte la prenda a la altura de la cintura.



Un conjunto de minifalda y remera, ambas realizadas en tela de algodón, en tonalidad oscura. La remera no tiene mangas y es de tipo musculosa. Se acompaña con zapatos cerrados, de taco alto, en color claro. Un conjunto ideal para lucirse.



Una pollera minifalda, diseñada en algodón de color blanco. La remera es del mismo tono, tiene mangas cortas y cuello redondo. La falda es elástica a la altura de la cintura. Un conjunto atrevido y ¡muy de verano!



La remera tiene un original estampado hawaiano, con motivo de palmeras. En cuanto a la minifalda, es de algodón, en color rojo fuerte, y está fruncida a la altura de la cintura.





Sol, verano y minifaldas. Aquí, la pollera es de broderie, con un aire muy nostálgico y romántico. Acompaña una remera de color blanco, que tiene delicados bordados en el cuello y al frente. Complementan sandalias.



Elegante y audaz es el conjunto que forman, una minifalda realizada en crep, con ribetes en dorado y una remera tipo mallot, de lycra, que posee como detalle original cordones a manera de breteles.



Un conjunto de tono deportivo e informal, especial para las mas jóvenes. Es ideal para los días de playa y también para largos paseos al sol. Esta diseñado en fino algodón.



Un short realizado en hilo que se combina con un original top rayado, muy de moda. El conjunto se lleva con un blazer de tela liviana, especial para los días estivales. Este tipo de prenda realza la figura.



El vestido, diseñado en tejido de punto, es muy refinado y elegante. De mangas al codo, con detalles en puños y cintura. La falda tiene vistosas tablas que le otorgan gracia y movimiento.



Pantalón recto y largo hasta los tobillos, realizado en tela de algodón. El top es largo y se acompaña con un volado muy romántico.



El vestido es similar a una enagua. La parte superior esta sujeta con breteles delgados y el talle es marcado con cinturón. Muy corto, de tipo minifalda. Para mujeres esbeltas.



El clásico tailleur tambien es usado en verano. Aqui, una elegante pollera tipo tubo, algo acampanada abajo, que se complementa con una chaqueta que cierra con dos botones. Acompaña una capelina.



Para el cóctel, nada mejor que este fino modelo de Christian Dior, con hombros marcados y falda recta, de largo relativamente corto. La parte superior es cruzada y forma una gran V. Un lazo marca el talle.

**NOVEDADES,
IDEAS Y
SUGERENCIAS**

El Vestuario Completo Para Lucir en Verano

Material: 250 gr. rosa, 200 gr. naranja, 250 rojo, todos hilos de tejer; un par de ag. N° 2½ y 3. Para talla 44.

Puntos empleados: Elástico: 1ª h.; 1 m. d., 1 m. f. En las h. sig. tejer las m. como se presentan, sin alternar. **Jersey:** 1 h. al d., 1 h. al r.

EXPLICACIONES

Espalda: Con las ag. N° 2½ y el hilo rojo montar 132 m. y tejer 12 cm. en p. elástico; a esta altura cambiar a las ag. N° 3 y tejer en p. jersey; a los 4 cm. desde el comienzo del p. jersey (x) tejer en naranja las 4m. al terminar las h. del derecho (reemplazando las m. en rojo), para formar el motivo en diagonal. Cuando se completa la h. en color naranja tejer 26 cm. en este color, aumentar de cada lado para las mangas 60m. tejer 2 cm. más y continuar con color rosa. A los 20 cm. de alto de las mangas cerrar 91 m. de cada lado, continuar con las m. centrales por 4 cm.

Delantero: Se teje como la espalda hasta (x), aquí tejer las 4 m. al empezar las h. del derecho, en color naranja (reemplazando las m. en rojo). Continuar como se explicó para la espalda.

Planchar el tejido con un lienzo húmedo. Coser las costuras. Hacer un dobladillo en el escote y en el borde de las mangas con



puntadas escondidas. Bordar el motivo tropical, con restos de hi-

lo mouliné y hebras doradas como se ve en el modelo.



MINIMOLDES ★ TEJIDOS

★ ACCESORIOS ★



Para este vestido se necesitan 3,20 m. de 0,90 de ancho. Llevar los moldes al tamaño natural guiándose por los incluidos y de acuerdo a las propias medidas. Cortar los moldes sobre la tela dejando los márgenes necesarios para costuras.

Unir la delantera a la espalda consiéndolo los costados y hombros. Formar las jaretas en los hombros. Doblar la cartera por la mitad y aplicar. Encimar la cartera lado derecho sobre el izquierdo y sujetar el borde inferior. Aplicar una percalina a la tirilla cuello y al cuello y armar. Aplicar en el escote. Colocar el galón en los bolsillos y aplicarlos. Hacer el dobladillo. Aplicar los botones, hacer los cordones por las jaretas de los hombros. Doblar el cinturón por la mitad y coser.

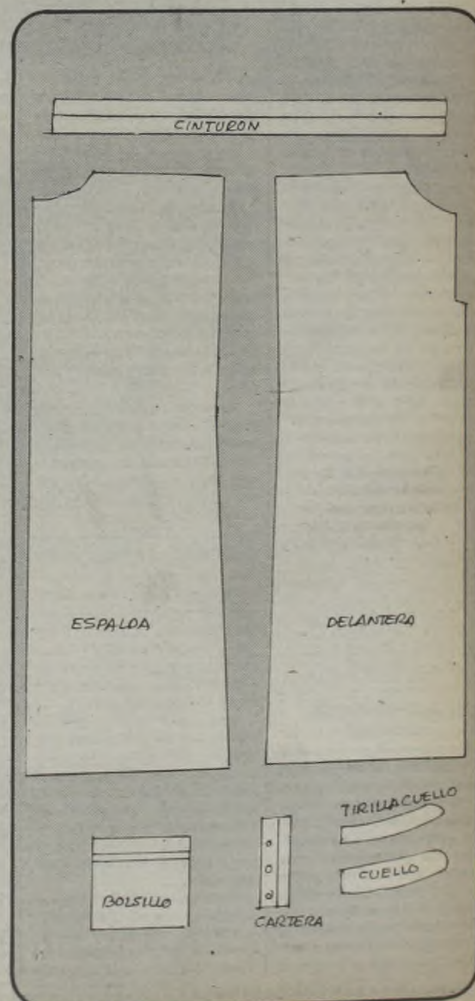
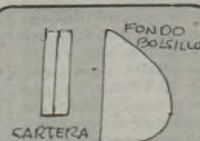
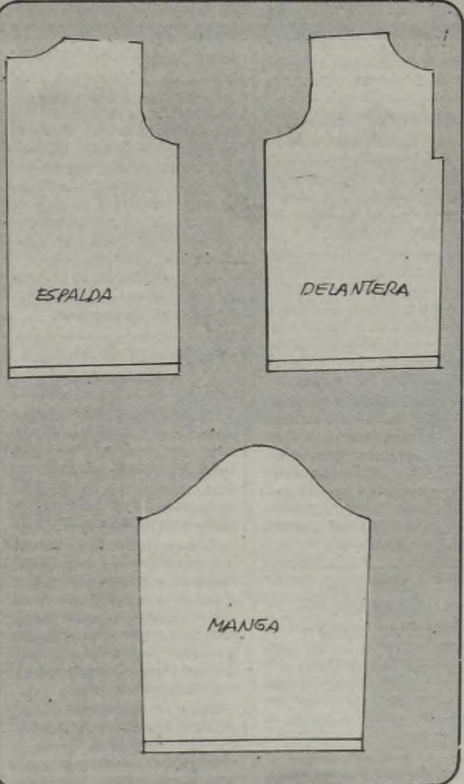


Para este blusón se necesitan 2 m de 0,90 de ancho.

Llevar los moldes al tamaño natural guiándose por los incluidos y de acuerdo a las propias medidas. Cortar los moldes sobre la tela dejando los márgenes necesarios para coser.

Unir la delantera a la espalda cosiendo las costuras de los hombros y los costados, dejando

las aberturas para los bolsillos. Aplicar los fondos de bolsillo y unir entre sí. Aplicar las carteras dobladas por la línea centro. Terminar los bordes de escote. Pasar los pespuntos de adorno. Unir las costuras de las mangas, pasar bastillas de embeber en la copa y aplicarlas en las sisas. Hacer los dobladillos inferiores formando jaretas y pasar los lazos para atar, como muestra el modelo.



Medias de Seda

Un Cuento de Ana María Ramb

El aire huele dulce y picante al mismo tiempo. Las rosas amarillas, que habían quedado rezagadas en el brote, se abrieron por fin y avanzaron victoriosas sobre el otoño. Tampoco quieren rendirse al invierno. Y de aquí y de allá viene el sahumerio de las fogatas a mezclarse con el aroma de estas corolas cuidadas con fervor.

Es noche de San Juan en San José de Flores. Noche de sortilegios para los enamorados todavía indecisos. Las viejas quintas parecen adormilarse entre los fuegos. Tras esa ventana, el vestido de una muchachita es una barquilla blanca que flota en la penumbra. El aire está espeso de humo y deseos. Se espera algo. Aunque no se sabe bien qué.

Todo había empezado aquel verano. El jazmín ya nevaba sobre la verja, y aún las rosas amarillas eran reticentes a asomar. Metódicamente, dos veces en la semana, él pasaba frente a la melancólica casita. Mucho antes, Delfina estaba allí, contentando casi el aliento, esperando. Apenas la figura se esbozaba en el nacimiento de la calle, Delfina llamaba:

—¡Marité!

La voz no era un grito; tan sólo un susurro al que la bóveda del zaguán prestaba sonoridad.

Marité había repiqueado su taquito carretel sobre las baldosas pulidas y se erguía, dorada como una espiga, sobre el umbral en el que Delfina aguardaba desde un par de horas atrás.

—¡Qué linda sos! —decía la hermana, con admiración en la que había un vago resabio de tristeza.

Con un puntillo de vanidad Marité recorría con su mano la melena de destellos claros, cortada revolucionariamente a lo "garzón", según marcaba la brújula de la moda en ese año 1925. Con la seguridad que le otorgaban sus dieciocho años y el hábito de cosechar pipros y requiebros, se plantaba junto a Delfina. Las dos sonreían.

El se acercaba. Delfina se estremecía con el temblor de algunos animales ante la proximidad de la tormenta. Y le parecía que las pocas nubes que empurpaban el crepúsculo se agigantaban hasta oscurecer su cielo. Ajena a todo, Marité seguía sonriendo. Pasaba él. Y dentro de Delfina se desataba la tormenta. Afuera, la atmósfera seguía tan clara como antes.

—¿Qué pocos le parecían sus catorce años! Estiraba las piernas y comprobaba que se habían alargado demasiado, sin que ella hubiera concedido permiso, sin siquiera darse cuenta. Las medias blancas, las mismas que usaban las otras chiquilinas, le parecían trágicas de tan ridículas. Acudió a la madre con el reclamo:

—¿Cuándo podré llevar medias de seda, como las que usa Marité?

Invariable, implacablemente la madre respondía: — No, mi niña; usted es muy chica todavía.

via. Cuando cumpla dieciséis...

Enmudecía la campana de plata de Delfina. Ella echaba a vagar por las habitaciones y se detenía, curiosa, frente a los espejos que le devolvían la imagen de una Delfina que no conocía, que le resultaba impenetrable. La cara que aparecía entre las brumas del cristal estaba apenas dibujada; solo podía reconocer el marco oscuro de las trenzas. Entonces recitaba, muy quedo:

— Fiero amor, soy pequeña como un copo de nieve; fiero amor, soy pequeña como un pájaro breve; triste como el gemido de un pájaro moribundo; fiero amor, no hallarías mejor presa en el mundo...

La madre detenía la máquina y levantaba la mirada por encima de la costura.

—¿Qué dice esa niña?

— Poesías de Alfonsina, mamá —contestaba la hermana mayor, simplemente.

Y volvían a zumbir la rueda y la cremallera.

En aquellos días, más que quitar el polvo de muebles y objetos, Delfina los acariciaba como si levantasen arenas sutiles, mientras sus pensamientos se entrecruzaban cien veces en un segundo, al modo en que los cristales de un caleidoscopio que girara vertiginosamente.

—No Mamá... —volvía el reclamo.

—Nada, niña, nada.

Entonces Delfina buscaba refugio en los trabajos de bordado, que con los de costura eran base y sustento del hogar. Pedía los

dibujos más complejos: alguna misteriosa pagoda, un tapiz inacabable. Todo lo que saliera de la rutina. La aguja enhebraba su tristeza en cada puntada. Porque hacía mucho que trabajaba a la par, o quizás más que la hermana o la madre, y constituía parte importante del modesto taller doméstico. Participaba de la tarea como toda una mujer, y no como una niña. ¿Por qué no podía usar medias de seda?

Marité también recitaba a Alfonsina Storni:

— Mi hermana está tejiendo como un hábil gusano su capullo de seda: su capullo es un sueño...

Si, Delfina tejía su capullo. Una abeja invisible zumbaba sobre su frente mientras sus pensamientos se deslizaban entre las pagodas del bordado como gatos somnolientos.

La madre suspiraba, navegando en su memoria — Alfonsina... Aún la recuerdo: aquella noche de junio en el cine "Minerva" le rindieron homenaje...

No era hermosa, pero resplandecía en su vestido blanco...

—Yo quisiera un vestido blanco, mamá —pedía Delfina, tímidamente.

—Sí —prometía la madre

—Con aquella lanilla blanca te haré un vestido para los primeros

frios.

Sin embargo, dos veces a la semana, Delfina sale de su capullo para estar atenta. El roce de algún pájaro, de alguna hoja, tal vez del viento, la sobresalta, y

gana a la carrera el damero de baldosas.

De todos modos Marité, la hermana mayor, llega a tiempo para estar cuando él traspone con paso lento su ruta hacia la casa de un viejo profesor.

Con marzo estallan los primeros capullos del rosal amarillo. De ahí en más, él va a encontrar siempre una rosa de oro entre los negros hierros de la verja.

Víspera del veinticuatro de junio. Verano de San Juan en el portal del invierno. El cielo resplandece de fogatas donde crepitan hojas secas y esperas encendidas. El ritual de los fuegos...

Tomados de la mano, gritándose unos a otros, corriendo en círculos, los chicos chisporrotean alrededor de los muñecos de paja, en tanto crujen las nostalgias de los que dejaron de ser niños y se lamentan de no estar en los juegos ni en el fuego. El humo flota sobre San José de Flores, envuelve la casa, que está a oscuras, se cuele por la ventana, que está abierta... Y se prolonga en una cinta azulesca que rodea a la madre, que dormita.

Desde hace semanas, ni Marité ni Delfina encuentran caminos que recorran con las palabras. Están asomadas al balcón, juntas y distantes.

Una guitarra y una voz dulcifican la noche:

—¿Qué frescas son las rosas de sus jóvenes años...

Una serenata. Para Marité, seguramente.

—¿Qué lindas son las rosas si

las tocan sus manos...

El recuerdo de la flor que ella misma dejara para él se vuelve agriñada para Delfina.

—¿Qué frescas son las rosas de sus jóvenes años...

San José de Flores tiene fama de cobijar las más hermosas serenatas bajo el ala protectora de glicinas y jazmines trepadores. Marité agita su cabeza dorada. El suspiro de las rosas, de las últimas rosas amarillas, trae una voz vital, distinta, que la conmueve.

—¿Qué bien me siento así, bajo un cielo estrellado, cantando a la gentil prenda de mis cuidados...

El vestido de Delfina es una barquilla blanca que flota en la penumbra. Si la serenata es para Marité, ¿quién puede impedir que ella guarde la voz querida en la caja de sus secretos? Delfina baila.

Marité atisba.

— Yo le ofrezco mi amor, mi amor arrojado: se abrió como una flor en el campo asoleado...

Qué frescas son las rosas de sus jóvenes años...

En ese momento sintió Delfina que aquellas rosas de oro que dejaba para él, le clavaban sus espinas de cristal. Concluye la serenata.

—¿Qué frescas son las rosas de sus jóvenes años, moza de trenzas negras y de los ojos pardos.

Esa noche, cuando Delfina dejó caer sobre la almohada la oscura mata de pelo, encontró un sobre de papel azul. Medias de seda.

TATUAJES Y HOMBRES

El tatuaje, que se creía limitado a cierto tipo de hombres, se practica más de lo que se cree: según estableció un médico sueco, el doctor Lars Hallgren, adscrito al servicio de un hospital de Goteborg.

El facultativo en cuestión se ocupó de establecer una estadística de los hombres y mujeres tatuados que pasan por su servicio. Llegó a la conclusión de que el tatuaje es más difundido entre los individuos de 50 años, aunque también cuente con muchas preferencias entre los jóvenes de 15 a 30. La encuesta reveló asimismo que la gran mayoría de los tatuados está compuesta por hombres, aunque no es desdenable el número de mujeres.

Los aficionados a este tipo de decoración corporal figuran especialmente entre los desholiados, los pescadores, los marinos, los peluqueros y los herreros. Al parecer, el gusto por esa práctica, que se remonta a los orígenes de la humanidad, se identifica en nuestros días con el deseo de distinguirse de los demás. Cabe recordar que, según los sociólogos, durante mucho tiempo el tatuaje fue una costumbre de reconocimiento tribal.

COLCHONES DE CAUCHO

Un método nuevo, simple y barato, que recurre a colchones de caucho para sostener las casas cuyos cimientos se han hundido, acaba de ponerse en aplicación por una empresa constructora de Estocolmo, con el concurso de la Dirección Nacional de Edificios de Suecia.

Según este nuevo sistema, se inserta bajo los cimientos de hormigón de la casa, una serie de

CURIOSIDADES TECNICAS Y CIENTIFICAS

colchones de caucho inflables, que se llenan de aire gracias a una bomba. Cada colchón puede sostener hasta 20 toneladas, a una cadencia de cincuenta a sesenta milímetros cada media hora.

En la base de los cimientos se fijan rejillas filtrantes de hormigón, que se asientan sobre bancos de arena. Cuando los colchones están completamente inflados, la arena cae por los intersticios de las rejillas de filtraje y, comprimida por ésta, forma una nueva superficie, más alta que la precedente, sobre la que puede descansar la casa.

El método suscitó inmenso interés en el extranjero y las autoridades italianas pidieron más amplias informaciones, pensando que podría ayudarse a consolidar la torre de Pisa, cuya inclinación se intensifica de día en día.

PARIS, GREATFUL CITY

París es la ciudad más agradable y atrayente del mundo después de San Francisco (California), decidieron 40.000 lectores consultados por "Business Traveller", la revista de las agencias británicas de viajes.

Después de la campeona del mundo y la de Europa, las más gratas urbes son, en este orden: Singapur, Hong Kong, Ginebra, Londres, Amsterdam, El Cabo, Zurich y Sidney. En cuanto a las más desagradables, los encuestados "premiaron" a Lagos y luego a Nueva York, Milán, Bombay y Moscú.

Sin embargo, la capital francesa sigue dividiendo tajantemente a la opinión, puesto que también quedó tercera en la designación de las ciudades más hostiles e

inhóspitas de Europa, después de Milán y Francfort.

CUIDADO CON LAS TIJERAS

Unas tijeras de cirujano de 20 cm de largo, se quedaron durante nueve años en el vientre de una paciente francesa.

Emilie Aubel, de 48 años, residente en Donmartin - le - Remiremont (departamento de los Vosgos) y madre de siete hijos, se sometió a una cesárea en 1971 en la Maternidad de su pueblo, para dar a luz al menor de sus retoños, Dominique.

Desde entonces sufría dolores de vientre, de los que no hizo demasiado caso hasta estas últimas semanas, cuando se agudizaron. Una simple visita al radiólogo reveló que un cirujano despistado olvidó las tijeras dentro de la operada, que ahora tendrá que volver al quirófano.

LADRONA ACAPARADORA

Cleptomana galopante, una sexagenaria del puerto sueco de Goteborg robó, en los últimos cinco años, mercancías con que llenar, del suelo al techo, su apartamento de tres habitaciones.

Sorprendida por un empleado, la señora, de aspecto respetable, fue conducida a la comisaría y, como se negaba a revelar su identidad, los agentes la llevaron bajo escolta a su casa: cuál no sería su asombro al ver que no sólo las tres habitaciones, sino también el cuarto de baño y la cocina, estaban repletos de vestidos, pieles, muñecas, objetos y

hasta paquetes sin deshacer aún.

Para poder circular dentro de su domicilio, la cleptomana había abierto angostos senderos en el enorme amasijo, que, según la policía, ocupaba no menos de 70 metros cúbicos. Y, para llegar hasta su lecho, se veía obligada a realizar peligrosos ejercicios de trepa y deslizamiento.

Los funcionarios encargados de vaciar el local tuvieron que trabajar más de tres días.

PAISAJISTAS AL POR MAYOR

El pintor sueco Ben Lindstrom proyectaba pintar toda una ladera de un monte de la sierra de Jamtland (centro del país), sin imaginarse que su monumental concepción del arte podría contrariar a los habitantes del lugar.

Pero, en cuanto vieron que sucesivos camiones transportaban toneladas y toneladas de pintura al pie de la montaña, los serranos, alarmados, avisaron a la policía, que desde entonces vigila en espera de que los tribunales decidan si las montañas pueden y deben servir de lienzo.

Dada la magnitud de su proyecto, Lindstrom pensaba dirigir las "operaciones" desde un helicóptero. La televisión sueca tenía pensado filmar la escena.

CON UN PAR DE MOSTACHOS

Un ex miembro de la antigua guardia real griega, Nicolás Stasinós, acaba de ganar el Gran Concurso de Mayores Bigotes, que se celebra anualmente en

Montemesola (Italia) y, por primera vez en doce años, privó de título y medalla a los concursantes italianos.

Stasinós se presentó solemnemente vestido con su antiguo uniforme y con un par de bigotes de 60 cm de largo, cuyas puntas le subían por detrás de las orejas.

El jurado, integrado por cinco mujeres y cinco hombres, le otorgó 97 puntos, es decir, sólo tres menos que la máxima nota permitida.

PLANTAS SALVAJES COMESTIBLES

Las plantas salvajes que podrían servir como alimento de crisis para las unidades militares aisladas, o en caso de catástrofes civiles o militares, resultan en la actualidad cartografiadas por el Instituto de Investigaciones Científicas de la Defensa Nacional de Suecia.

Esa encuesta forma parte de un importante proyecto que se vincula con las técnicas de supervivencia, el cual comprende la fabricación del fuego, los métodos de pesca y la colocación de trampas, la depuración de las aguas, la higiene, etcétera.

A un ritmo vertiginoso, el hombre pierde su contacto con la naturaleza, que le facilitaba la vida en el campo, y es necesario recuperar, en la medida de lo posible, el saber y los conocimientos acumulados a lo largo de los siglos en ese dominio.

Una parte fundamentalísima del trabajo emprendido, se consagra a las investigaciones en libros antiguos, donde los etnólogos, los botánicos y los exploradores describieron en qué forma

los lapones, los indios y otros pueblos supieron utilizar las plantas.

Toda vez que, a menudo, esas informaciones eran vagas, es necesario analizar las plantas científicamente y realizar experiencias prácticas.

El hombre puede sobrevivir durante algún tiempo gracias a sus reservas de grasa, pero tiene necesidad de azúcar para mantener la combustión de las grasas y la actividad cerebral. El proyecto se ocupa, pues, de encontrar plantas que posean importantes concentraciones de azúcar.

Los líquenes podrían transformarse en importante alimento de crisis. Existen variedades de líquenes que son comestibles y ricas en substancias alimenticias, como el líquen de los renos, el musgo de Irlanda y el musgo de la turba de carbón.

El líquen barbudo, que crece sobre los árboles, fue empleado como alimento por los indios. Los líquenes deben hervirse antes de ser consumidos.

Otras plantas analizadas comprenden especialmente el pino (sobre todo en los brotes y la corteza interna), los hongos, las bayas, el abedul y el sauce (cuyas hojas nuevas contienen vitamina C). La savia de los árboles con hojas caducas contiene una gran cantidad de azúcar y las raíces de numerosas plantas de las ciénagas — fáciles de encontrar y de recuperar — son ricas en almidón. La corteza de aliso contiene proteínas y las hojas de los epilobios pueden reemplazar al té.

Además del establecimiento de las cartas geográficas y del análisis de las plantas, la encuesta estudia la reacción de las plantas cuando se hierven y se secan, la manera como pueden ser conservadas, etcétera.

GUIA DE PASEOS PARA EL FIN DE SEMANA



El miniturismo permite a aquellos que pasan el verano en Buenos Aires, disfrutar del sol y las diversiones de la temporada estival. Numerosos paseos, a pocos kilómetros de la ciudad, ayudan a concretar ese cometido.

LAS PILETAS DE LA ZONA NORTE

El Tetto: sobre la ruta Panamericana a la altura del kilómetro 28, tiene estacionamiento, sombrillas y reposterías. Dos piletas. Restaurante y confitería y a partir de las 20, boite.

Cariló: Sturiza 405 (2.600 de Libertador, en Olivos). Tiene dos piletas y funciona de 9 a 20. Juegos para niños, estacionamiento y restaurante.

Sunset: Roque Sáenz Peña 443 (2.800 de Libertador, en Olivos). Tiene parque, quíncho, buffet, restaurante, juegos de niños y una amplia pileta. La boite funciona a partir de las 22.

Aloha: Ruta Panamericana, kilómetro 28. Tiene estacionamiento, revisión médica, dos piletas, restaurante, baño sauna, escuela de natación, sombrillas y reposterías. La boite funciona a partir de las 20.

LAS PILETAS DE LA ZONA SUR

Bañerío San Remo: Camino de Cintura y San Remo. Tiene estacionamiento, reposterías y sombrillas, parque arbolado donde es posible preparar un rico asado, muelle de pesca, fogones, dos piletas, cancha de voley, juegos para niños, quíncho, restaurante y servicio médico.

Pejerrey Club: En la costanera de Quilmes. Tiene dos piletas de agua salada, estacionamiento, atención médica, muelle de pesca, parrillas y fogones, restaurante y bar. Funciona de 8 a 20.

Namuncurá: Camino de Cintura y Autopista Richieri, Puente 12. Tiene piletas olímpicas para grandes y chicos. Un gran parque y canchas para jugar tenis, voley y pelota a paleta. Hay quinchos, juegos para niños, restaura-

rante y buffet. El horario es de 8 a 20.

LAS PLAYAS CERCANAS

Punta Lara: situada muy cerca de La Plata, ofrece al viajero buenos bañeríos, recreos y la posibilidad de pasar un fin de semana divertido, en las numerosas confiterías bailables. Hostelerías y hospedajes.

El Delta: Es un paseo tradicional. Del Tigre salen cada pocos minutos lanchas colectivas que conducen a los distintos recreos. Allí puede tomarse sol, comer un sabroso asado y contemplar los

y un Club Náutico. Pocos hoteles.

Punta Indio: A 140 kilómetros de Buenos Aires, el río se transforma en mar. Punta Indio tiene hermosas playas y mucha tranquilidad.

Magdalena: Por la ruta 11, está a 96 kilómetros de la ciudad. Hay bañeríos, montes y gran cantidad de pajaros. Apto para los que gustan del camping.

San Pedro: Queda a 165 kilómetros de la Capital, por la ruta 9. Tiene playas de arena fina. Un paseo que es obligación realizar: al castillo de la Vuelta de Obligado. A pocos kilómetros del centro, tiene una isla donde es posible acampar. Hoteles, hospede-

posible acampar, y donde hay un minizoológico y una hostería.

Luján: Está a 70 kilómetros de la ciudad. El atractivo fundamental es su hermosa Basílica; de estilo gótico. También conviene dar una vuelta por el Museo Enrique Udaondo, o visitar el balneario Parque. Allí, a orillas del río Luján, se pueden hacer excursiones en lancha, alquiler de caballos y viajes en aerossilla.

Parque Pereyra Iraola: Está situado camino a La Plata. Tiene hermosos bosques donde es posible acampar, y alquilar caballos y bicicletas. Hay lugares para hacer asado, y pequeños comercios que despachan alimentos y bebidas. Los servicios se

Quienes todavía no disfrutaron de sus vacaciones, como los que ya están de regreso, comparten una "ansiedad" en común: aprovechar los mejores días de un verano que no se presenta muy idealmente que se diga. Para unos y otros, entonces, un amplio informe sobre lugares y paseos cercanos a la Capital, donde se puede vivir al sol en libertad.



hermosos atardeceres frente al río.

Campana: Está a poco más de 70 kilómetros de la Capital. Hay dos playas muy extensas, donde es posible darse un buen chapuzón. Recreos, hosterías y parrillas.

Zárate: A ochenta kilómetros de la Capital. Allí hay varias islas, un balneario, el muelle de pescadores. También, un club de Golf



dajes y hosterías en la ciudad.

Arrecifes: por la ruta 8, a 176 kilómetros de la ciudad capital. Está ubicada sobre el río Paraná, tiene camping y muelle de pesca.

General Belgrano: A la altura del kilómetro 158 sobre la ruta 3, se levanta esta población, a orillas del río Salado. Tiene pileta, un excelente balneario, pero pocos hoteles.

San Miguel del Monte: Situado a 107 kilómetros de la Capital Federal, es famoso por su laguna, de donde es posible obtener muy buena pesca. Puede hacerse esquí acuático, o largas caminatas por el monte que circunda la región.

OTROS PASEOS

Escobar: a 50 kilómetros de Buenos Aires, por la ruta 9. Si se toma el camino Isleño, se encontrará —a orillas del Paraná de las Palmas— un parque donde es

ofrecen los fines de semana, de 10 a 18.

Catamaranes: Las embarcaciones salen de la Dársena F y recorren toda la costanera, hasta la Dársena Norte. Hay servicios de noche, con cena y show, y también diurnos.

Isla Martín García: Las embarcaciones salen todos los días, desde el Tigre y desde el Puerto de Buenos Aires. En la isla pueden recorrerse dos circuitos. El primero está integrado por la Batería 25 de Mayo, la plaza Almirante Brown y el Antiguo Penal. El siguiente incluye el Barrio Chino, los bosques, el antiguo puerto y la estación aérea. El almuerzo puede efectuarse en la isla.

PARA TODA LA FAMILIA

Acuario Philippe Cousteau: Gran cantidad de peces y animales del mar, están expuestos en

este museo, de gran atractivo. Queda en Hipólito Yrigoyen al 9700, en Lomas de Zamora, y puede visitarse los fines de semana, de mañana y de tarde.

Palermo: Además de poder alquilar botes y bicicletas, la tradicional zona de Palermo ofrece al habitante de la ciudad la posibilidad de tomar sol y descansar las tardes de los fines de semana. También, jugar al fútbol y "matear" a la sombra de los árboles.

La Ciudad de los Niños: Está situada en Camino General Belgrano (a La Plata) en la localidad de Gonnet. Es una ciudad en miniatura, donde grandes y chicos pueden disfrutar de un paseo muy interesante. Hay juegos y otros divertimentos.

Reserva de animales: Pega-dito al Parque Pereyra Iraola, se encuentran 25 hectáreas de parque que se recorren en automóvil. A lo largo pueden verse ciervos, bisontes, pumas y jabalíes en plena libertad. Funciona los

sábados y domingos, y se abona una entrada.

Mundo Animal: En General Rodríguez, a la altura del kilómetro 52 del Acceso Oeste, se encuentran osos, panteras, camellos, tigres y leones, en libertad. Se recorre en automóvil, abonando una entrada.

Bautismo de vuelo: en el Aero Club de San Justo, a solo 40 kilómetros de la ciudad, se puede viajar en un "Piper" o un "Cessna" desde las 9 de la mañana hasta el atardecer. Un espectáculo para grandes y chicos.

HOSTERIAS

Ateller: ubicada en Tigre, se llega con la lancha colectiva. Está situada en la margen izquierda del río Capatán. Tiene 6 habitaciones y pensión completa.

Liao-Liao: situada sobre la margen derecha del río Carapachay, se llega con la lancha colectiva "Interisleña". Tiene 13 habitaciones con baño privado, restaurante y playa.

Los Ranchos: Ruta 8, kilómetro 50. Tiene dos piletas, parque arbolado, cocina internacional, 25 habitaciones con baño privado y un hermoso balneario.

El Caballito Blanco: Ruta 9, kilómetro 51. Posee salón de té, donde sirven riquísimas tortas, restaurante, pileta, bar, juegos para niños y habitaciones con baño privado.

Vienes: Situada en la ruta 9, kilómetro 44, poco después de la estación Ingeniero Maschwitz. Tiene pileta, restaurante y otras comodidades.



G. S. (Cap)

La falta de elementos para hacer un correcto diagnóstico, a saber: ausencia de firma, edad del analizado, escribir en papel rayado y en tu caso particular con el sobre escrito a máquina, dificultan bastante el análisis.

No sé si por tu poca edad, o porque has tenido una educación escolar incompleta o no bien asimilada, tus características son de inhibición y timidez.

La merma de la vitalidad física, con señas de cansancio, te hacen de voluntad algo debilitada.

Escaso contacto con el semejante, retaceando una normal comunicación, haciendo responsables a los otros de tu inseguridad y espíritu cohibido.

Dora L. Vda. de C. (Villa Ballester)

El sujeto se expansiona normalmente, en forma cordial. Posee fuerte temperamento, actuando y hablando de acuerdo con su manera de sentir. Reacciones rápidas y vivaces. Voluntad tenaz.

Tendencia a trastornos circulatorios. Atención al colesterol.

A. L. E. (Laferrière)

El carácter impulsivo, con tendencia a la descarga nerviosa, modifican un tanto las básicas características de bondad y dulzura. El deseo de imponer su propio criterio a toda costa transforma a un sujeto con potencial capacidad de adaptación en una

personalidad un tanto terca e inflexible.

Cuando el sujeto sospecha que alguien desde fuera puede influenciarlo en algún sentido, despliega armas defensivas, porque un exagerado amor propio mal entendido obstaculiza una sociabilidad sin desconfianzas.

G. I. G. (Cap)

La falta de lógicas y sentido práctico, con despliegue de tiempo y energía, así como las distracciones nos hablan de un sujeto con dificultad para incorporar elementos externos, por perturbaciones de ordenes emocional y neurológicas.

Absorbido por sus inquietudes y sentimientos contradictorios, cubre con obstinación la falta de confianza.

Carácter irritable, inflexible, poco tratable. Fatiga y ansiedad. Se repliega en forma exagerada. Se recomienda consulta psicológica.

S. M. L. (Olivos)

La escritura analizada nos revela a un sujeto suave, adaptable y dócil, aunque algunas veces trate de imponerse.

Es de rápida comprensión y concepción de ideas con sentido razonador y práctico.

Gusta manifestar lo que piensa, pero poco proclive a dar rienda suelta al sentimiento que reprime con autodomínio.

El deseo de rever y recalcar alguna frase, en el afán de ser

más claro y preciso, se debe al hecho de saberse algo distraído.

Tiene condiciones de mando y organizadoras. Aptitudes para el comercio.

Ambición por afianzarse en el plano material dando más importancia a lo social, que a los valores espirituales.

P. M. G. (Victoria)

La imaginación que vuela, en forma hostil hacia el pasado, en el intento de búsqueda de la propia individualidad, obstaculiza una normal evolución en el presente, tanto en los aspectos intelectuales como afectivos.

El alejamiento de los otros, consecuencia de conflictos pasados, originados tal vez en la carencia de afectos, demuestran una vez más, que no puede dar quien no ha podido recibir.

Si no es defecto del bolígrafo, se observa debilidad y fragilidad física.

G. S. L. (Cap)

La escritura analizada nos revela a un sujeto cordial, bondadoso y amable. Es activo y con iniciativa. Tiene cierta tendencia a la impulsividad que puede llevarlo a actos poco reflexivos y a la discusión con agresividad.

Deseo de lograr importancia social, contando con la seguridad de que posee en sí misma, su claridad de ideas e inteligencia.

D. B. de M. (Villa Dominico)

El deseo de lograr una buena comunicación, se contrapone al distanciamiento que guarda respecto de los otros. Los disturbios de origen emocional acarrearán confusión, pues lucha entre el no saber qué hacer y el no saber qué pensar.

De espíritu sano, la falta de firmeza para emprender cosas con un grado aceptable de entusiasmo en sentido constante y duradero, hace pensar que alguna experiencia no muy positiva está inhibiendo los mecanismos de la voluntad, ya que en forma inconsciente se deja ganar por cierta tendencia al pesimismo.

HOROSCOPO

SEMANAL

Por Lily Sullos



Aries

Amor: si usted no se precipita demasiado, cambiará su panorama para bien, culminando los días 8-9 con la Luna en Aries. Momentos de generosidad y reencuentro.

Finanzas: la semana trae ciertos inconvenientes por algo que demora demasiado. Conviene revisar papeles, textos y fechas... Una sorpresa.

Salud: molestias digestivas o intestinales.



Tauro

Amor: ¡Cuidado con el eclipse solar de los días 3-4! Usted podría cometer una gran imprudencia, cortando lazos por un capricho o malentendido.

Finanzas: también en ese campo debe usted ser más que prudente. Posible rotura, desperfecto o pérdida. Vigile su casa los días 3-4; cuidado con la electricidad.

Salud: gran tensión, descansen y alivie su régimen.



Géminis

Amor: un gran cambio en su panorama; usted no se da cuenta de que pronto tendrá los caminos desiertos. Posible reconciliación o una decisión necesaria en el 4.

Finanzas: nuevos horizontes. Termina una racha de obstáculos y usted verá su camino despejado. Posible llamada o respuesta favorable.

Salud: mejora, ¡pero no trate de abarcar lo que no puede!



Cáncer

Amor: los mejores días tiene usted con la Luna pisciana: los 6-7, muy aptos para un reencuentro. Los 8-9 son, en cambio, bastante tensos. ¡Cuidado!

Finanzas: a partir del 6 comienzan a mejorar. Cuidese de compromisos de pago que usted no pueda cumplir después; esté atenta a toda propuesta.

Salud: buena, pero conviene vigilar su régimen para mantenerse.



Leo

Amor: alerta en los días 3-4; usted corre peligro de una gran imprudencia o equivocación. Los días 8-9 son los mejores de la semana; ¡no entre en acción antes!

Finanzas: también los días 3-4 son los peligrosos, absténgase de negocios, inversiones o cambios repentinos, aunque tenga ganas de hacerlo.

Salud: fatiga excesiva, tensión, molestias circulatorias.



Virgo

Amor: surgen ciertos problemas por discusiones, usted se siente irritable, se contradice y se vuelve antipática... ¡Vigile sus reacciones y cuide su imagen de mujer dulce y razonadora!

Finanzas: semana negativa para gastos, trámites, pero es excelente para estudiar, terminar algo o reorganizar.

Salud: vigile sus intestinos, evite alimentos fermentativos.



Libra

Amor: el eclipse de los 3-4 cambiará su panorama, barrido obstáculos y aclarando su cielo. Cuidese, en cambio, de actitudes intempestivas en los días 8-9.

Finanzas: camino despejado, una gran posibilidad de futuras ganancias o la iniciación de un trabajo muy fructuoso. Desperfectos en los 8-9.

Salud: mejora, siempre que usted se mueva y tome aire.



Escorpio

Amor: los mejores días son los 6-7; diálogo, comprensión y razonamiento permitirán lograr mejor clima en la familia o en la pareja. Los 3-4: ¡Manténgase en silencio!

Finanzas: etapa peligrosa los 3-4 traen obstáculos y a la vez inclinan a una gran imprudencia. ¡Espere con sus planes!

Salud: gran tensión nerviosa, procure salir al aire libre.



Sagitario

Amor: los mejores días son los 8-9; reencuentro, pasión, atractivo. No obstante, mejor será evitar las discusiones, sobre todo las vinculadas con temas materiales...

Finanzas: existen ciertos riesgos en cambios de lugar, viajes o pequeños gastos; estos últimos tienden a sumar demasiado. Respuesta dudosa en un asunto laboral.

Salud: mejora; vigile su régimen un poco más.



Capricornio

Amor: habrá demasiado razonamiento y menos efusividad, pero usted podrá llegar a una definición. Cuidese de actitudes agresivas en los 8-9.

Finanzas: un trámite importante y una pequeña pero valiosa adquisición. Semana con mucho movimiento; visitas, salidas y gastos menores que la disgustarán.

Salud: usted necesita más líquidos y menos carne.



Acuario

Amor: el eclipse solar de los 3-4 ocurre en su signo, cambiando su panorama para bien. Posible desprendimiento de una relación o la definición de la misma.

Finanzas: fin de una gran preocupación o de un problema; compromiso. Es muy posible que se realice un proyecto hace tiempo acariciado.

Salud: mejora. Fortalecimiento y embellecimiento.



Piscis

Amor: La Luna en Piscis: ¡los días 6-7, aliándose con Mercurio y Marte, la pondrán en un primer plano! Usted puede esta vez definir su situación en la pareja.

Finanzas: semana excelente. Usted puede realizar algo muy importante, hasta mudanzas, o también un viajeito planeado. Ingresos aumentados o una ganancia extra.

Salud: mejora notablemente su estado de ánimo.

CONSEJOS ASTROLOGICOS

Por Lily Sullos



El eclipse solar del 4 indica grandes cambios a muchos signos. Los beneficiados: los de Aire, ya que para ellos es el comienzo de una etapa mejor. Tauro, Leo y Escorpio, en cambio, sufrirán sus efectos, notando gran alteración de estado de ánimo. Si su esposo, amiga lectora, es de uno de estos signos, ¡más vale no iniciar discusión!

Los niños nacidos en los días 3-4 de febrero —cuando precisamente ocurre el eclipse— deben ser vigilados y en la fiesta de su cumpleaños no deben cometer abusos en las comidas. Los eclipses, tratándose de una relación Luna - Sol, siempre alteran la digestión, aun la de las personas que nunca han sufrido tales trastornos.

¡Atención, enamorados! El eclipse inclina a la ruptura "porque sí", sin ninguna razón válida.

Las parejas son integradas por signos como Tauro, Leo, Escorpio o Acuario deben conservar la calma absoluta en esta semana. Partiendo del día del eclipse la perturbación emocional suele durar dos semanas, claro que en sentido descendente, o sea hasta la próxima luna llena.

Los acuarianos podrán utilizar esta semana para "cortar" problemas y relaciones molestas, sintiendo la imperiosa necesidad de liberarse. También en el plano laboral harán lo que siempre deseaban, dirán lo que nunca se atrevieron decir... ¡Procuran no exagerar con la nota!

La semana brinda alegrías a los signos de Agua, especialmente después del 5. Habrá muchas piscianas, cancerianas y escorpianas viajando, bañándose y enamorándose.

GUIA LUNAR PARA LA MUJER

Los días 3-4: Luna Nueva en Acuario, formando eclipse anular. Efectos que "cortan", pero no sirven para iniciativas.

Los 5-6-7: Luna en Piscis. Inspiración, gran lucidez, espiritualidad. Favorece a los signos de Agua y de Tierra.

Los días 8-9: Luna en Aries. Fuerza y dinamismo para los signos de Fuego. Días ideales para todo tipo de reparaciones, compra o cambio de aparatos. Produce alteraciones en la pareja por la excesiva impulsividad.

Advertencia: El día 7, hasta las 19 horas, indica Luna en Acuario, con los efectos —aunque más leves— del eclipse solar.

El Rayo Láser en Celulitis

LA SALUD
DE LA
FAMILIA



La utilización del rayo láser en la lucha contra la celulitis es una técnica novedosa que ya está dando excelentes resultados. El doctor Alfredo Mario Segers explica el origen de esta enfermedad y cómo, por medio del láser, es posible detenerla y erradicarla. Masajes, ejercicios, ayuda psicológica y una dieta de comidas completan este tratamiento integral, que promete transformarse en la manera más infalible de derrotar este flagelo.



El masaje con los dedos sobre la zona tratada con el rayo láser es el segundo paso del tratamiento. Favorece enormemente la circulación.

La aplicación de rayos láser para resolver problemas de celulitis es uno de los adelantos científicos más recientes en el país. El doctor Alfredo Mario Segers, reconocido especialista en la utilización de rayos láser para el tratamiento de varias enfermedades, dialogó con Revista de la Mujer sobre cómo hacer desaparecer la celulitis mediante el novedoso método.

La celulitis —comenzó el facultativo— es una enfermedad que consiste en adiposidades localizadas en ciertas zonas del cuerpo femenino, que aparecen luego de entrada la pubertad. Guarda estrecha relación con las perturbaciones hormonales y si no se trata a tiempo va en aumento: cuando es leve, solo se advierte pellizcando la piel, y provocando la conocida "piel de naranja" en la zona afectada; luego, la grasa se va transformando en un tejido gelatinoso, y ya es más evidente. La tercera etapa se presenta cuando la zona celulítica se transforma en nódulos fibrosos, que al comprimir nervios y vasos sanguíneos vecinos, produce dolor.

—Doctor, ¿en qué zonas es más frecuente encontrar este tipo de enfermedad?

—Se manifiesta habitualmente en la región de las nalgas y la parte superior y externa de los muslos. Algunas veces, puede aparecer también en la cara interna de las rodillas y de los brazos.

—¿Existe una relación entre la celulitis y la obesidad?

—Generalmente sí. Pero hay gran cantidad de casos de mujeres delgadas que sin embargo tienen manifestaciones celulíticas en la cara externa superior de los muslos. Suele

llamárselo, en jerga cotidiana, "pantalón de montar".

—¿Existe conocimiento sobre el origen de la afección?

—La causa de la celulitis es poco conocida, aunque se presume que el factor hereditario juega un rol importante. Como hemos visto, la enfermedad tiene mucho que ver con la acumulación del tejido adiposo. Bajo las capas visibles de la piel, se encuentra el tejido subcutáneo. Ese tejido recibe grasa —para su nutrición— pero también sales y líquido. Este complicado mecanismo es de tipo hormonal. Cuando no se cumple en forma correcta, por algún desorden interno, aparece la celulitis.

—¿Por eso está en estrecha relación con los disturbios hormonales?

—Así es. Cuando hay perturbaciones hormonales, es decir, cuando ese tejido adiposo recibe más grasa, más sal y más líquido del que corresponde, aparece la enfermedad. Y no es casual que suele acrecentarse en períodos hormonales especiales, como la pubertad, el embarazo y la menopausia.

LAS VENTAJAS DEL TRATAMIENTO

—Doctor, una vez expuestas las características generales de la celulitis, ¿podría explicarnos cómo se realiza el tratamiento con rayo láser?

—El tratamiento es integral: abarcamos lo general y lo local. Esto quiere decir que la paciente, antes de comenzar el tratamiento con láser en sí es sometida a un profundo

chequeo clínico y endocrinológico, que permite corregir problemas hormonales y de obesidad.

—¿Luego se aplica el rayo láser?

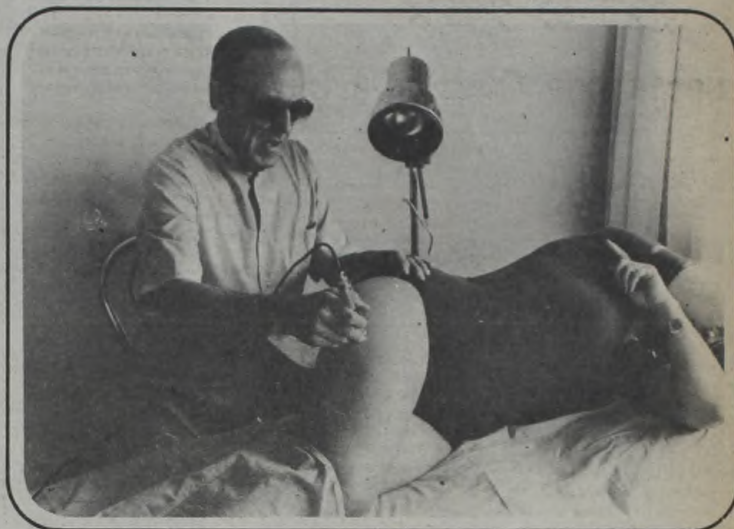
—Sí. Creo que previamente deberíamos aclarar algo acerca del rayo láser y las ventajas de su utilización. Este tipo de rayo tiene una gran energía, y es capaz de penetrar a través de las capas superficiales de la piel, como si éstas fueran casi transparentes. No produce ningún tipo de quemadura ni de dolor, porque es de tipo infrarrojo, lo que asegura también la imposibilidad de originar alteraciones cancerígenas.

—¿Por qué es tan valioso para el tratamiento de la celulitis?

—Justamente porque al penetrar tan profundo, es capaz de estimular la circulación. Cuando hay celulitis, la circulación es muy lenta. El rayo láser la agiliza, y permite además normalizar completamente ese intercambio de sales y líquidos que habíamos mencionado, produciendo una rápida y efectiva mejoría en la zona afectada.

—¿Es un método superior a otros?

—Sí. Porque como el láser tiene gran energía puede penetrar hasta lo más profundo, donde se localiza el mal, sin



El doctor Alfredo Mario Segers procede a la aplicación del rayo láser sobre la zona celulítica. Las sesiones tienen 20 minutos de duración.

producir ningún tipo de quemadura o marcas en la piel.

UNA TERAPIA INTEGRAL

—¿Cómo se efectúa el tratamiento?

—Consta de varios pasos. El primero es el examen clínico y endocrinológico general. Luego se procede a la aplicación del rayo láser sobre la zona afectada, en 3 sesiones semanales de 20 minutos de duración. Al terminar la aplicación, la cosmóloga realiza masajes en la zona tratada. Lo que se busca es estimular la circulación venosa y linfática. El masaje se hace a través de la presión de los dedos. Las sesiones duran 15 minutos.

—¿El tratamiento termina allí?

—No. Se completa con ejercicios. Durante media hora, la paciente realiza, cuidadosamente guiada por la profesional, ejercicios localizados en el lugar donde está instalada la celulitis. Luego, una sesión de 10 minutos de bicicleta, que permite estimular los músculos de las zonas donde más frecuentemente aparece la celulitis. Se utiliza un buz, que favorece la sudación de las piernas y caderas. La parte muscular tiene un importante papel si se quiere evitar la celulitis. Raramente las atletas o las bailarinas, que ejercitan a diario sus músculos, presentan esta enfermedad.

—¿Queda aún otro paso?

—Sí. Es la atención psicológica.

de la paciente. Se le enseña a que valore lo que ha conseguido. Se la aconseja respecto de la alimentación que debe seguir y de la práctica de ejercicios físicos. Lo más importante es la constancia. De ese modo, la enfermedad no vuelve a aparecer.

—Doctor, ¿cuánto dura el tratamiento?

—Las sesiones diarias se prolongan durante una hora y media, en razón de los diferentes pasos que deben cumplirse. En cuanto a la duración general, estipulamos 20 sesiones completas. El tratamiento se vuelve a repetir solo si es necesario, pero nunca antes de los tres meses de haber finalizado el primero.

—¿Cómo se evalúan los avances?

—Fundamentalmente, con el centímetro. A menos medida, más avance. Aunque también se ven otros cambios. No debemos olvidar que la celulitis origina alteraciones en la circulación, sensación de piernas pesadas, hinchazón de los tobillos, manchas en la piel, dolores menstruales e inestabilidad sicológica. El tratamiento mejora todos esos síntomas.

—¿La cirugía corrige la celulitis?

—No. La cirugía se utiliza solo en aquellos casos en que, luego de haber desaparecido la enfermedad, la piel queda como en colgajos, justamente porque sobra. En ese caso, se practica la cirugía.

—¿Qué porcentaje de pacientes alcanza una buena curación?

—Un 70% de los casos tratados. Cuando la celulitis ya es de tercer grado, no se cura, sino solo se mejora.

La utilización del rayo láser en el tratamiento de esta enfermedad no solo constituye un acontecimiento científico, por lo revolucionario del elemento en sí, sino porque, además, permite combatir la celulitis de todos los frentes.

Esta nota fue asesorada por el doctor Alfredo Mario Segers, Marcelo T. de Alvear 2346, Punta Baja.



Finalmente, 10 minutos de bicicleta completan el tratamiento. Es importante para lograr el fortalecimiento de los músculos y evitar la enfermedad.

Luego de los masajes, es necesario realizar una clase de gimnasia de 30 minutos de duración. Los ejercicios son localizados en las zonas celulíticas.

Se repite el tipo de corte, sólo que esta vez ha sido peinado con brushing, lo que le otorga un poco más de volumen y originalidad. El peinado es fresco y cómodo, muy apto para días calurosos.



Un corte de tipo garcón, un poco más largo. Es ideal para cabellos lisos. Se usa con raya casi al medio. Perfectamente adaptable para el verano: sirve en la playa y en noches divertidas.



Nuevamente Claudia luce un corte de tipo garcón. El cabello, en este caso, está mojado y cae sobre la frente, formando un espeso y gracioso flequillo. Excelente para las hábitos de la playa.

LOS NUEVOS PEINADOS DEL VERANO



Mirta, con un corte de cabello rebajado, que está peinado con brushing. Es aconsejable para las melenas que llegan hasta los hombros. Gracioso y elegante, se acompaña con un moño.



Aquí se conserva el corte rebajado, sólo que se ha recogido el cabello, dejando la nuca descubierta, al igual que las orejas y la frente. Atrás, un pequeño rodete, ajustado con trenzas.



En este tipo de corte, también puede aplicarse el recurso de llevar el cabello mojado, ideal para las largas jornadas de sol y playa. Raya al costado, con un flequillo que cae sobre la frente.

Los cortes son de Roberto Giordano. Los peinados son de Sonia de Roberto Giordano. PRODUCCION: Graciela Zito.